



Sau khi được chẩn đoán bị ung thư da



Nếu quý vị được thông báo bị ung thư da thì có thể quý vị đã làm các kiểm tra và sinh thiết (một xét nghiệm lấy một số mẫu mô để kiểm tra tìm ung thư). Những xét nghiệm khác có thể đã được thực hiện trên các tế bào ung thư để tìm một số thay đổi về protein và gen được gọi là chỉ dấu sinh học. Quý vị cũng có thể thực hiện các chụp chiếu hoặc xét nghiệm dựa trên loại ung thư da quý vị mắc phải. Những xét nghiệm này giúp bác sĩ biết được phương pháp điều trị nào có thể hữu ích.

Các loại ung thư da

Có nhiều loại bệnh ung thư da. Điều quan trọng là phải hiểu loại bệnh của quý vị để biết những gì sẽ xảy ra.

Ung thư da tế bào đáy và tế bào vảy là 2 loại ung thư da phổ biến nhất. Các loại ung thư này thường không nghiêm trọng vì chúng không thường lây lan sang các bộ phận khác của cơ thể. Bệnh này cũng thường đáp ứng tốt với điều trị.

- Ung thư da tế bào đáy bắt đầu ở lớp dưới của da.
- Ung thư da tế bào vảy bắt đầu ở lớp trên cùng của da.

Ung thư hắc tố là một loại ung thư da ít phổ biến hơn. Bệnh này bắt đầu từ các tế bào tạo nên màu sắc của da (sắc tố). Ung thư hắc tố nghiêm trọng hơn vì nó có nhiều khả năng lan sang các bộ phận khác của cơ thể. Ung thư hắc tố gây ra hầu hết các ca tử vong do ung thư da vì nó có thể di căn nhanh chóng.

Điều trị ung thư da

Khi được phát hiện sớm, hầu hết các bệnh ung thư da có thể được loại bỏ bằng tiểu phẫu ngay tại văn phòng bác sĩ. Các phương pháp điều trị khác đôi khi có thể được thực hiện trực tiếp trên da quý vị. Đối với các bệnh ung thư da đã lan rộng, bức xạ và các loại thuốc như hóa trị, liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu hoặc liệu pháp miễn dịch có thể được sử dụng.

Việc điều trị sẽ phụ thuộc vào loại và giai đoạn ung thư da của quý vị. Các phương pháp điều trị dành cho quý vị cũng sẽ phụ thuộc vào kết quả xét nghiệm tế bào ung thư, sức khỏe cũng như mong muốn cá nhân của quý vị. Bác sĩ sẽ giúp quý vị quyết định phương pháp điều trị nào là tốt nhất cho quý vị.

Hãy nhớ hỏi:

- Mục tiêu của việc điều trị là gì?
- Tôi bị loại bệnh ung thư da nào?
- Ung thư da của tôi đang ở giai đoạn nào, và điều đó có nghĩa là gì?
- Bác sĩ đã biết thêm điều gì từ kết quả xét nghiệm của tôi?

- Tôi có cần phẫu thuật không? Nếu có thì vùng da sẽ trông như thế nào sau phẫu thuật?
- Tôi có cần làm thêm xét nghiệm không?

Quá trình trước và trong khi điều trị sẽ diễn ra như thế nào

Hầu hết các loại ung thư da được điều trị bằng tiểu phẫu hoặc điều trị trên da do bác sĩ da liễu (bác sĩ về da) thực hiện. Một số bệnh ung thư da được điều trị tại trung tâm ung thư, đặc biệt nếu cần điều trị thêm hoặc nếu ung thư đã di căn sang các bộ phận khác của cơ thể. Bác sĩ và nhóm của bác sĩ sẽ giải thích cho quý vị về phương pháp điều trị và cách thức thực hiện. Họ sẽ giúp quý vị sẵn sàng cho việc điều trị, theo dõi tình trạng của quý vị và giúp kiểm soát bất kỳ tác dụng phụ nào.

Không phải tất cả mọi người trải qua quá trình điều trị ung thư da đều sẽ gặp phải các tác dụng phụ giống nhau. Ví dụ: tác dụng phụ của phẫu thuật trên da là khác với tác dụng phụ của hóa trị, liệu pháp thuốc nhắm mục tiêu, liệu pháp miễn dịch hoặc xạ trị. Và những người được điều trị bằng phương pháp giống nhau có thể có các tác dụng phụ khác nhau.

Hãy nhớ hỏi:

- Tôi có cần phương pháp điều trị ngoài phẫu thuật không?
- Có thử nghiệm lâm sàng nào cho loại ung thư của tôi không?
- Tôi có thể gặp phải tác dụng phụ nào và tôi có thể làm gì với chúng?
- Làm cách nào để biết được phương pháp điều trị đang có tác dụng?
- Tôi sẽ được điều trị ở mức độ thường xuyên như thế nào? Sẽ mất bao lâu cho việc điều trị?
- Tôi sẽ cần đến đâu để được điều trị? Tôi có thể tự lái xe không?
- Liệu tôi có thể tiếp tục thực hiện các hoạt động thường ngày của mình, như làm việc và tập thể dục không?
- Tôi sẽ bị sẹo phải không? Tôi sẽ trông hoặc cảm thấy khác biệt phải không?
- Tôi có nên đặc biệt cẩn thận để tránh tiếp xúc với ánh nắng không?

Điều gì sẽ xảy ra sau khi điều trị

Sau khi điều trị, bác sĩ sẽ theo dõi quý vị sát sao. Họ sẽ thực hiện các kiểm tra da thường xuyên để xem bệnh ung thư có tái phát hoặc có xuất hiện ung thư mới ở một bộ phận khác của cơ thể hay không. Họ cũng sẽ giúp quý vị kiểm soát bất kỳ tác dụng phụ nào.

Đối với một số người, bệnh ung thư có thể không biến mất hoàn toàn. Bệnh có thể tiếp tục được điều trị và vẫn cần làm các xét nghiệm để xem việc điều trị có tác dụng tốt như thế nào.

Quý vị có thể phải đối mặt với những thay đổi của cơ thể sau khi điều trị. Tùy thuộc vào kích thước, loại và vị trí ung thư, da quý vị có thể bị sẹo hoặc có những thay đổi khác. Hãy nhớ hỏi bác sĩ của quý vị về những điều sẽ xảy ra và báo cho họ biết nếu quý vị gặp phải bất kỳ vấn đề gì.

Những người đã từng bị ung thư da đều có nguy cơ cao bị ung thư da ở vị trí khác. Ngay cả khi quý vị cảm thấy ổn sau khi kết thúc điều trị thì điều quan trọng là phải hỏi bác sĩ của quý vị về lịch trình khám theo dõi thường xuyên để kiểm tra xem bệnh ung thư da có tái phát hay không.

Hãy nhớ hỏi:

- Tôi có thể lấy bản sao tóm tắt quá trình điều trị của mình ở đâu?
- Tôi sẽ cần khám bác sĩ ở mức độ thường xuyên như thế nào? Thời điểm tôi cần và cách thức để tôi liên lạc với bác sĩ?
- Tôi có cần làm xét nghiệm để xem liệu bệnh ung thư có tái phát hoặc để tìm những bất thường trong quá trình điều trị của tôi hay không?
- Tôi có cần kế hoạch tái khám sau khi điều trị không?
- Tôi có nên để ý đến các tác dụng phụ muộn hoặc lâu dài từ việc điều trị không?
- Tôi có thể tìm hồ sơ y tế của mình ở đâu sau khi điều trị?

Giữ gìn sức khỏe

Hãy nhớ báo cho bác sĩ biết nếu quý vị có các tác dụng phụ mà không biến mất hoặc có bất kỳ triệu chứng mới nào. Có những việc quý vị có thể làm để giữ cho mình khỏe mạnh trong và sau khi điều trị. Điều quan trọng là phải kiểm tra da thường xuyên xem có thay đổi không. Nhờ bạn bè hoặc người thân giúp kiểm tra những khu vực khó nhìn thấy. Báo cho bác sĩ biết nếu quý vị nhận thấy điều gì khác biệt. Nhớ bảo vệ da khi quý vị ở bên ngoài trời. Ở trong bóng râm nhiều nhất có thể. Sử dụng kem chống nắng và che chắn vùng da hở. Hãy nhớ làm việc này quanh năm mỗi khi quý vị ra ngoài. Cũng tránh dùng giường tắm nắng. Ăn uống lành mạnh, có được và duy trì cân nặng khỏe mạnh, không hút thuốc, uống đủ chất lỏng và năng vận động cũng có thể giúp quý vị được khỏe mạnh.

Đối phó với cảm xúc

Việc bị ung thư da có thể khiến quý vị cảm thấy sợ hãi, buồn bã hoặc lo lắng. Những cảm xúc này là điều bình thường, và có những cách để giúp quý vị đối phó với chúng.

- Đừng cố gắng đối phó với cảm xúc của quý vị một mình. Nói về cảm xúc của quý vị, bất kể chúng là gì.
- Không có vấn đề gì nếu quý vị thỉnh thoảng cảm thấy buồn hoặc chán nản, nhưng hãy báo cho bác sĩ biết nếu quý vị có những cảm xúc này trong hơn một vài ngày.
- Nếu bác sĩ của quý vị cho phép thì hãy tiếp tục làm những việc quý vị yêu thích như dành thời gian ngoài trời, đi xem phim hay đến sự kiện thể thao, hoặc đi ăn tối bên ngoài.
- Nhờ giúp đỡ với các công việc như nấu ăn và dọn dẹp.

Quý vị có thể nên liên lạc với bạn bè, gia đình hoặc với các lãnh đạo hay nhóm tôn giáo. Dịch vụ tư vấn cũng có thể giúp ích. Một số người cảm thấy việc nói chuyện với những người khác mà đã trải qua những điều tương tự là hữu ích. Việc đó có thể được thực hiện thông qua một nhóm hỗ trợ. Nói cho bác sĩ biết quý vị đang cảm thấy như thế nào. Họ có thể giúp quý vị tìm được nguồn hỗ trợ phù hợp.



Để biết thêm thông tin và sự hỗ trợ, hãy truy cập trang web của Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ (American Cancer Society) tại cancer.org/vietnamese hoặc gọi cho chúng tôi theo số **1-800-227-2345**. Chúng tôi luôn ở đây khi quý vị cần.